

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ по учебному предмету «Физическая культура»

10 класс

102 часа (3 часа в неделю)

Общие надпредметные цели: Формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Общие предметные цели: укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма; формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта; освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями; воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Легкая атлетика (11 часов)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	Спринтерский бег Подготовка к Сдаче норм ГТО	5	Вводный	Техника низкого старта (30 м), стартовый разгон, бег по дистанции (70-90 м) Бег на результат (30м). Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Физическая культура общества и человека, понятие физической культуры личности. Инструктаж по ТБ.	Уметь: пробежать дистанцию с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Компле кс 1		

2		Комплексный	Низкий старт (30 м), бег по дистанции (70-90 м) Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. <i>Входящий тестовый контроль (30 м)</i> Ценностные ориентации индивидуальной физкультурной деятельности.	Уметь: пробегать дистанцию с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: общеучебные – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; сотрудничество – согласовывать усилия по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности	Входящий тестовый контроль	Комплекскс 1		
3		Комплексный	Низкий старт (30 м), бег по дистанции (70-90 м). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. <i>Входящий тестовый контроль (60 м)</i> Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений в отечественной и зарубежной культуре, цели, задачи, основы содержания, формы организации.	Уметь: пробегать дистанцию с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	Нравственно-этическая ориентация – формирование целостного образа мира при разнообразии культур, религий; уважение истории и культуры разных народов.	Регулятивные: целеполагание — ставить учебную задачу; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: общеучебные – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; сотрудничество – согласовывать усилия по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности	Входящий тестовый контроль	Комплекскс 1		
4		Комплексный	Низкий старт (30 м), бег по дистанции (70-90 м). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. <i>Входящий тестовый контроль (1000 м)</i> Современное олимпийское и физкультурно-массовое движения, их социальная направленность и формы организации.	Уметь: пробегать с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	Смыслообразование — формирование мотива, реализующего потребность в социально значимой и социально оцениваемой деятельности Самоопределение — <i>формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</i>	Регулятивные: целеполагание — ставить учебную задачу; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: общеучебные – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; сотрудничество – согласовывать усилия по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности	Входящий тестовый контроль	Комплекскс 1		

5			Учетный	Бег на результат (100 м). Развитие скоростных способностей. Эстафетный бег.	Уметь: пробежать с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Д.: «5»-16,0 с «4»-17,0 с «3»-17,5 с		Комплексы 1		
6	Прыжок в длину Подготовка к Сдаче норм ГТО	3	Комплексный	Прыжок в длину способом «прогнувшись» с 13-15 беговых шагов. Отталкивание. Челночный бег. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств. Дозирование нагрузки при занятиях прыжковыми упражнениями.	Уметь: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 13-15 беговых шагов	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;	Текущий		Комплексы 1		
7			Комплексный	Прыжок в длину способом «прогнувшись» с 13-15 беговых шагов. Отталкивание. Челночный бег. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Развитие скоростно-силовых качеств. <i>Входящий тестовый контроль (челночный бег 3x10 м)</i> Правила соревнований по прыжкам в длину.	Уметь: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 13-15 беговых шагов	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм. Смыслообразование – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Входящий тестовый контроль		Комплексы 1		

8			Учетный	Прыжок в длину на результат. Развитие скоростно-силовых качеств. Способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля за физическими нагрузками во время занятий физическими упражнениями профессионально ориентированной и оздоровительно-корректирующей направленности.	Уметь: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 13-15 беговых шагов	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;	Д.: «5»-410см «4»-380см «3»-360см		Комплексы 1		
9	Метание мяча Подготовка к Сдаче норм ГТО	3	Комплексный	Метание мяча. ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований по метанию. Основные формы и виды физических упражнений.	Уметь: метать мяч в цель и на дальность с разбега	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;	Текущий	Теннисные мячи	Комплексы 1		
10			Комплексный	Метание мяча. ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований по метанию.	Уметь: метать мяч в цель и на дальность с разбега	Смыслообразование – мотивация, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Текущий	Теннисные мячи	Комплексы 1		

11		Учетный	Метание мяча. Опрос по теории.	Уметь: метать мяч в цель и на дальность с разбега	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; прогнозирование – превосходить результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Д.: «5»- 42 м «4»-37 м «3»-28 м	Теннисные мячи	Комплексы 1		
----	--	---------	--------------------------------	--	--	---	--	----------------	-------------	--	--

Гимнастика с элементами акробатики (21 час)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
12	Висы и упоры. Лазанье Подготовка К сдаче норм ГТО	9	Комплексный	Повороты в движении. ОРУ на месте. Толчком ног подъем в упор на верхнюю жердь. Выход силой. Развитие силы. Инструктаж по технике безопасности.	Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на разновысоких брусьях	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Брусья гимнастические разновысокие.	Комплекс 2		
13			Совершенствования	Повороты в движении. ОРУ на месте. Толчком ног подъем в упор на верхнюю жердь. Выход силой Развитие силы. Роль физической культуры и спорта в профилактике заболеваний и укреплении здоровья; поддержание репродуктивных функций человека, сохранение его творческой активности и долголетия.	Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на разновысоких брусьях	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Брусья гимнастические разновысокие.	Комплекс 2		

14		Совершенство	<p>Повороты в движении. Перестроения из колонны по одному в колонну по четыре. ОРУ с гантелями. Толчком двух ног вис углом. Выход силой. Спортивно-оздоровительные системы физических упражнений в отечественной и зарубежной культуре, их цели и задачи, основы содержания и формы организации.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на разновысоких брусьях</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование целостного образа мира при разнообразии культур, религий; уважение истории и культуры разных народов; – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p>	<p>Регулятивные: целеполагание — ставить учебную задачу; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: общеучебные – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; сотрудничество – согласовывать усилия по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности</p>	Текущий	Брусья гимнастические разновысокие. Гантели наборные.	Комплекс 2		
15		Совершенство	<p>Повороты в движении. Перестроения из колонны по одному в колонну по четыре. ОРУ с гантелями. Толчком двух ног вис углом. Выход силой. Основы начальной военной физической подготовки, совершенствование основных прикладных двигательных действий и развитие основных физических качеств (сила, выносливость, быстрота, координация, гибкость, ловкость) в процессе проведения индивидуальных занятий.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на разновысоких брусьях</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: планирование – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действия. саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;</p>	Текущий	Брусья гимнастические разновысокие. Гантели наборные.	Комплекс 2		

16		Совершенство	<p>Повороты в движении. Перестроения из колонны по одному в движении. ОРУ с гантелями. Равновесие на бревне. Развитие силы. Основы начальной военной физической подготовки, совершенствование основных прикладных двигательных действий и развитие основных физических качеств (сила, выносливость, быстрота, координация, гибкость, ловкость) в процессе проведения индивидуальных занятий.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на гимнастическом бревне.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;</p>	Текущий	Бревно гимнастическое высокое. Гантели наборные.	Комплекс 2		
17		Совершенство	<p>Повороты в движении. Перестроения из колонны по одному в движении. ОРУ с гантелями. Равновесие на бревне Развитие силы. Основы начальной военной физической подготовки, совершенствование основных прикладных двигательных действий и развитие основных физических качеств (сила, выносливость, быстрота, координация, гибкость, ловкость) в процессе проведения индивидуальных занятий.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на гимнастическом бревне.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;</p>	Текущий	Бревно гимнастическое высокое. Гантели наборные.	Комплекс 2		

18		Совершенство	<p>Повороты в движении. Перестроения из колонны по одному в движении. ОРУ с гантелями. Равновесие на бревне. Лазанье по канату в два приема. Основы начальной военной физической подготовки, совершенствование основных прикладных двигательных действий и развитие основных физических качеств (сила, выносливость, быстрота, координация, гибкость, ловкость) в процессе проведения индивидуальных занятий.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на гимнастическом бревне.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: планирование – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действия. саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;</p>	Текущий	Бревно гимнастическое высокое. Гантели наборные. Канат для лазанья с механизмом крепления.	Комплекс 2		
19		Совершенство	<p>Повороты в движении. Перестроения из колонны по одному в движении. ОРУ с гантелями. Равновесие на бревне. Развитие силы. Лазанье по канату в два приема. Основы начальной военной физической подготовки, совершенствование основных прикладных двигательных действий и развитие основных физических качеств (сила, выносливость, быстрота, координация, гибкость, ловкость) в процессе проведения индивидуальных занятий.</p>	<p>Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на гимнастическом бревне.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: планирование – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действия. саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию;</p>	Текущий	Бревно гимнастическое высокое. Гантели наборные. Канат для лазанья с механизмом крепления.	Комплекс 2		

20			Учетный	Выполнение комбинации на гимнастическом бревне. ОРУ на месте. Лазанье по канату в два приема. Опрос по теории.	Уметь: выполнять строевые упражнения, выполнять элементы на гимнастическом бревне.	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Оценка техники выполнения упражнений	Бревно гимнастическое высокое. Канат для лазанья с механизмом крепления.	Комплекс 2		
21	Акробатические упражнения опорный прыжок.	10	Комплексный	Сед углом. Стойка на лопатках. Кувырок назад. ОРУ с обручами. Развитие координационных способностей. Инструктаж по технике безопасности.	Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Маты гимнастические	Комплекс 2		
22			Совершенствования	Длинный кувырок. Стойка на лопатках. Кувырок назад. ОРУ с обручами. Развитие координационных способностей. Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов упражнений из современных систем физического воспитания.	Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Маты гимнастические Обруч гимнастический	Комплекс 2		

23		Совершенство	Стойка на руках (с помощью). Стойка на коленях, наклон назад. ОРУ со скакалками. Развитие координационных способностей. Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов упражнений из современных систем физического воспитания.	Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Маты гимнастические Скакалка гимнастическая	Комплекс 2		
24		Совершенство	Стойка на руках (с помощью). Стойка на коленях, наклон назад. ОРУ со скакалками. Развитие координационных способностей. Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов упражнений из современных систем физического воспитания.	Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Маты гимнастические Скакалка гимнастическая	Комплекс 2		

25		Совершенство ствования	Комбинация из разученных элементов. ОРУ. Опорный прыжок через козла. Развитие координационных способностей. Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов упражнений из современных систем физического воспитания.	Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов) опорный прыжок через козла.	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Маты гимнастические Козел гимнастический	Комплекс 2		
26		Совершенство ствования	Комбинация из разученных элементов. ОРУ. Прыжок углом с разбега (под углом к снаряду) и толчком одной ногой. Развитие скоростно-силовых способностей. Способы регулирования массы тела, использование корректирующих упражнений для проведения самостоятельных занятий.	Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов) опорный прыжок через коня.	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Маты гимнастические Конь гимнастический	Комплекс 2		
27		Совершенство ствования	Комбинация из разученных элементов. ОРУ. Прыжок углом с разбега (под углом к снаряду) и толчком одной ногой. Развитие скоростно-силовых способностей. Способы регулирования массы тела, использование корректирующих упражнений для проведения самостоятельных занятий.	Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов) опорный прыжок через коня.	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Маты гимнастические Конь гимнастический	Комплекс 2		

28		Совершенство	<p>Комбинация из разученных элементов. ОРУ. Прыжок углом с разбега (под углом к снаряду) и толчком одной ногой. Развитие скоростно-силовых способностей. Основы организации двигательного режима (в течение дня, недели и месяца), характеристика упражнений и подбор форм занятий в зависимости от особенностей индивидуальной учебной деятельности, самочувствия и показателей здоровья.</p>	<p>Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов) опорный прыжок через коня.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Маты гимнастические Конь гимнастический	Комплекс 2		
29		Совершенство	<p>Комбинация из разученных элементов. ОРУ. Прыжок углом с разбега (под углом к снаряду) и толчком одной ногой. Развитие скоростно-силовых способностей. Основы организации двигательного режима (в течение дня, недели и месяца), характеристика упражнений и подбор форм занятий в зависимости от особенностей индивидуальной учебной деятельности, самочувствия и показателей здоровья.</p>	<p>Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов) опорный прыжок через коня.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Маты гимнастические Конь гимнастический	Комплекс 2		

30			Учетный	Комбинация из разученных элементов. Опорный прыжок. Опрос по теории.	Уметь: выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов) опорный прыжок через коня.	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; прогнозирование – превосходить результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Оценка техники выполнения комбинации из 5 элементов	Маты гимнастические Козел гимнастический	Комплекс 2		
----	--	--	---------	--	---	--	---	---	---	------------	--	--

Спортивные игры (15 часов)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

31	Баскетбол Ведение Передачи Броски	15	Комплексный	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой места. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанцией. Быстрый прорыв (2х1) Развитие скоростных способностей. Инструктаж по технике безопасности.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
32			Совершенствования	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой места. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанцией. Быстрый прорыв (2х1) Развитие скоростных способностей. Основные технико-тактические действия и приемы в баскетболе.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		

33		Совершенствования	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой места. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанцией. Быстрый прорыв (3х1) Развитие скоростных способностей. Основные технико-тактические действия и приемы в баскетболе.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
34		Совершенствования	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой места. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанцией. Быстрый прорыв (3х1) Развитие скоростных способностей. Основные технико-тактические действия и приемы в баскетболе.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		

35		Совершенство вания	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой места с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанцией с сопротивлением. Сочетание приемов: ведение, бросок. Нападение против зонной защиты (1х1х2) Развитие скоростных способностей. Учебная игра. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по баскетболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
36		Комплексн ый	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой места с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанцией с сопротивлением. Сочетание приемов: ведение, передача, бросок. Нападение против зонной защиты (1х3х1) Развитие скоростных способностей. Учебная игра. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по баскетболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		

37		Совершенствования	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой места с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанцией с сопротивлением. Сочетание приемов: ведение, передача, бросок. Нападение против зонной защиты (1х3х1) Развитие скоростных способностей. Учебная игра. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по баскетболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
38		Комплексный	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой места с сопротивлением. Бросок двумя руками от груди с дальней дистанции. Сочетание приемов: ведение, передача, бросок. Нападение против зонной защиты (2х3). Развитие скоростных способностей. Учебная игра. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по баскетболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		

39		Совершенствования	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами со сменой места с сопротивлением. Бросок двумя руками от груди с дальней дистанции. Сочетание приемов: ведение, передача, бросок. Нападение против зонной защиты (2х3). Развитие скоростных способностей. Учебная игра. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по баскетболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
40		Совершенствования	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами: со сменой места с сопротивлением. Бросок двумя руками от груди с дальней дистанции. Сочетание приемов: ведение, передача, бросок. Нападение против зонной защиты (2х3). Развитие скоростных способностей. Учебная игра. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по баскетболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		

41			Совершенствования	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами: со сменой места с сопротивлением. Бросок двумя руками от груди с дальней дистанции с сопротивлением. Сочетание приемов: ведение, передача, бросок. Нападение против личной защиты. Развитие скоростных способностей. Учебная игра. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по баскетболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
42			Совершенствования	Совершенствование перемещения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Передача мяча в движении различными способами: со сменой места с сопротивлением. Бросок двумя руками от груди с дальней дистанции с сопротивлением. Сочетание приемов: ведение, передача, бросок. Нападение против личной защиты. Развитие скоростных способностей. Учебная игра. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по баскетболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Оценка техники ведения мяча	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		

43		Комплексный	<p>Совершенствование перемещения и остановок игрока. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанцией с сопротивлением после ловли мяча. Сочетание приемов: ведение, бросок.</p> <p>Индивидуальные действия в защите (перехват, выравнивание, выбивание, накрывание мяча). Нападение через центрального. Развитие скоростных способностей. Учебная игра.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
44		Совершенствования	<p>Совершенствование перемещения и остановок игрока. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанцией с сопротивлением после ловли мяча. Сочетание приемов: ведение, бросок.</p> <p>Индивидуальные действия в защите (перехват, выравнивание, выбивание, накрывание мяча). Нападение через центрального. Развитие скоростных способностей. Учебная игра.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Оценка техники передачи мяча	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		

45			<p>Совершенствования</p> <p>Совершенствование перемещения и остановок игрока. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанцией с сопротивлением после ловли мяча. Сочетание приемов: ведение, бросок.</p> <p>Индивидуальные действия в защите (перехват, выравнивание, выбивание, накрывание мяча). Нападение через центрального. Развитие скоростных способностей.</p> <p>Учебная игра.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей;</p> <p>Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;</p> <p>взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой. Мячи баскетбольные.	Комплекс 3		
----	--	--	---	---	--	--	---------	---	------------	--	--

Кроссовая подготовка (21 час) (при отсутствии условий для проведения лыжной подготовки, рекомендуемых СанПиН 2.4.2.2821-10 (приложение 7))

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно- практич еское оборудов ание	Д/з	Дата план	Дата факт ическ ая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
46	Бег по пересеченной местности	18	Комплексный	Бег (15 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Инструктаж по технике безопасности.	<i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (до 20 мин); преодолевать препятствия	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – слышать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		
47			Совершенствования	Бег (16 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания), причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека, его здоровье, в том числе здоровье детей.	<i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (до 20 мин); преодолевать препятствия	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. <i>Смыслообразование</i> — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. <i>Самоопределение</i> — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		

48	Комплексный	Бег (16 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания), причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека, его здоровье, в том числе здоровье детей.	<i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (до 20 мин); преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		
49	Комплексный	Бег (17 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания), причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека, его здоровье, в том числе здоровье детей.	<i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (до 20 мин); преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		
50	Комплексный	Бег (17 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Основы профилактики вредных привычек средствами физической культуры и формирование индивидуального здорового стиля жизни.	<i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (до 20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		

51	Комплексный	Равномерный бег (18 мин). Преодоление вертикальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Основы профилактики вредных привычек средствами физической культуры и формирование индивидуального здорового стиля жизни.	<i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (до 20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		
52	Комплексный	Равномерный бег (18 мин). Преодоление вертикальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Приемы саморегуляции. Аутогенная тренировка. Психомышечная и психорегулирующая тренировки.	<i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (до 20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		
53	Комплексный	Равномерный бег (19 мин). Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Приемы саморегуляции. Аутогенная тренировка. Психомышечная и психорегулирующая тренировки.	<i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (до 20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		

54	Совершенствования	Равномерный бег (19 мин). Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Приемы саморегуляции. Аутогенная тренировка. Психомышечная и психорегулирующая тренировки.	<i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (до 20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		
55	Учетный	Бег (2000 м) на результат. Опрос по теории.	<i>Уметь:</i> бегать в равномерном темпе (до 20 мин) преодолевать препятствия	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: <i>планирование</i> – определять цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат; <i>оценка</i> — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Д.: «5»-10,30' «4»-12,15' «3»-14,15'		Комплекс 1		

56		Совершенство твования	Равномерный бег (20 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин), преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно- следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4		
57		Совершенство твования	Равномерный бег (20 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно- следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4		

58		Совершенство твования	Равномерный бег (20 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно- следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4		
59		Совершенство твования	Равномерный бег (20 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно- следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4		

60		Совершенство твования	Равномерный бег (21 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Развитие выносливости.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно- следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4		
61		Совершенство твования	Равномерный бег (21 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно- следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4		

62	Совершенство твования	Равномерный бег (21 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Развитие выносливости. Промежуточный тестовый контроль.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин) преодолевать препятствия	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Текущий		Комплекс 4		
63	Совершенство твования	Равномерный бег (21 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Развитие выносливости. Промежуточный тестовый контроль.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин) преодолевать препятствия	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Текущий		Комплекс 4		
64	Совершенство твования	Равномерный бег (21 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Развитие выносливости. Промежуточный тестовый контроль.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин) преодолевать препятствия	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Текущий		Комплекс 4		

65		Совершенство твования	Равномерный бег (21 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Развитие выносливости. Промежуточный тестовый контроль.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин) преодолевать препятствия	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Текущий		Комплекс 4		
66		Учетный	Бег (4000 м) на результат (б/а) Развитие выносливости. Промежуточный тестовый контроль.	Уметь: Бегать в равномерном темпе (до20 мин) преодолевать препятствия	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Текущий		Комплекс 4		

Лыжная подготовка (16 часов) (при отсутствии условий для проведения лыжной подготовки, рекомендуемых СанПиН 2.4.2.2821-10 (приложение 7) проводится кроссовая подготовка)
Кроссовая подготовка (5 часов)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
46	Лыжная Подготовка Подготовка к Сдаче Норм ГТО	16	Комплексный	Попеременный четырехшажный ход. Одновременный одношажный ход. Коньковый ход. Техника лыжных ходов. Правила самостоятельного выполнения упражнений и домашних заданий. Инструктаж по технике безопасности.	Уметь: передвигаться попеременным четырехшажным ходом; одновременным одношажным ходом; коньковым ходом.	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4		
47		Совершенствования	Попеременный четырехшажный ход. Одновременный одношажный ход. Коньковый ход. Техника лыжных ходов. Оказание помощи при обморожениях и травмах.	Уметь: передвигаться попеременным четырехшажным ходом; одновременным одношажным ходом; коньковым ходом.	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4			

48		Совершенство	<p>Попеременный четырехшажный ход. Одновременный одношажный ход. Коньковый ход. Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции до 2,5 км. Виды лыжного спорта. Достижения отечественных атлетов.</p>	<p>Уметь: передвигаться попеременным четырехшажным ходом; одновременно одношажным ходом; коньковым ходом.</p>	<p>Смыслообразование — формирование мотива, реализующего потребность в социально значимой и социально оцениваемой деятельности; адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль — сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий		Комплекс 4		
49		Совершенство	<p>Попеременный четырехшажный ход. Одновременный одношажный ход. Коньковый ход. Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции до 2,5 км. Элементы тактики лыжных гонок.</p>	<p>Уметь: передвигаться попеременным четырехшажным ходом; одновременно одношажным ходом; коньковым ходом.</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – организовывать и осуществлять совместную деятельность с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий		Комплекс 4		

50	Совершенство	Попеременный четырехшажный ход. Одновременный одношажный ход. Коньковый ход. Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции до 2,5 км. Элементы тактики лыжных гонок.	Уметь: передвигаться попеременным четырехшажным ходом; одновременным одношажным ходом; коньковым ходом.	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – организовывать и осуществлять совместную деятельность с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплекс 4		
51	Совершенство	Попеременный четырехшажный ход. Одновременный одношажный ход. Коньковый ход. Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции до 4 км. Элементы тактики лыжных гонок.	Уметь: передвигаться попеременным четырехшажным ходом; одновременным одношажным ходом; коньковым ходом.	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – организовывать и осуществлять совместную деятельность с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Комплекс 4		

52	Совершенство	Попеременный четырехшажный ход. Одновременный одношажный ход. Коньковый ход. Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции до 4 км. Элементы тактики лыжных гонок.	Уметь: передвигаться попеременным четырехшажным ходом; одновременным одношажным ходом; коньковым ходом.	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – организовывать и осуществлять совместную деятельность с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий		Комплекс 4		
53	Совершенство	Попеременный четырехшажный ход. Одновременный одношажный ход. Коньковый ход. Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции до 4 км. Элементы тактики лыжных гонок. Лыжные гонки.	Уметь: передвигаться попеременным четырехшажным ходом; одновременным одношажным ходом; коньковым ходом.	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – организовывать и осуществлять совместную деятельность с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий		Комплекс 4		

54	Комплексный	Техника лыжных ходов. Переход с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции до 4 км. Значение зимних видов спорта для укрепления здоровья, основных функциональных систем организма, развития физических способностей.	Уметь: описывать изучаемые лыжные ходы; передвигаться изученными лыжными ходами; переходить с попеременных ходов на одновременные .	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь контролировать процесс и результаты своей деятельности; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Текущий		Комплекс 4		
55	Совершенствования	Техника лыжных ходов. Переход с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции до 4 км.	Уметь: описывать изучаемые лыжные ходы; передвигаться изученными лыжными ходами; переходить с попеременных ходов на одновременные .	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь контролировать процесс и результаты своей деятельности; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Текущий		Комплекс 4		
56	Совершенствования	Техника лыжных ходов. Переход с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции до 4 км.	Уметь: описывать изучаемые лыжные ходы; передвигаться изученными лыжными ходами; переходить с попеременных ходов на одновременные .	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь контролировать процесс и результаты своей деятельности; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Текущий		Комплекс 4		

57	Совершенствования	Техника лыжных ходов. Переход с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции до 4 км.	Уметь: описывать изучаемые лыжные ходы; передвигаться изученными лыжными ходами; переходить с попеременных ходов на одновременные .	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь контролировать процесс и результаты своей деятельности; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Текущий	Комплекс 4		
58	Совершенствования	Техника лыжных ходов. Переход с попеременных ходов на одновременные. Прохождение дистанции до 4 км.	Уметь: описывать изучаемые лыжные ходы; передвигаться изученными лыжными ходами; переходить с попеременных ходов на одновременные .	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь контролировать процесс и результаты своей деятельности; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Текущий	Комплекс 4		
59	Комплексный	Техника лыжных ходов. Переход с попеременных ходов на одновременные. Преодоление контруклона. Элементы тактики лыжных гонок. Правила соревнований. Прохождение дистанции до 5 км.	Уметь: описывать изучаемые лыжные ходы; передвигаться изученными лыжными ходами; переходить с попеременных ходов на одновременные ; преодолевать контруклон.	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь контролировать процесс и результаты своей деятельности; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Текущий	Комплекс 4		

60			Совершенство	Техника лыжных ходов. Переход с попеременных ходов на одновременные. Преодоление контруклона. Элементы тактики лыжных гонок. Прохождение дистанции до 5 км.	Уметь: описывать изучаемые лыжные ходы; передвигаться изученными лыжными ходами; переходить с попеременных ходов на одновременные; преодолевать контруклон.	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь контролировать процесс и результаты своей деятельности; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Текущий		Комплекс 4		
61			Учетный	Техника лыжных ходов. Переход с попеременных ходов на одновременные. Преодоление контруклона. Элементы тактики лыжных гонок. Прохождение дистанции до 5 км.	Уметь: описывать изучаемые лыжные ходы; передвигаться изученными лыжными ходами; переходить с попеременных ходов на одновременные; преодолевать контруклон.	Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.	Оценка техники передвижения на лыжах.		Комплекс 4		
62	Кроссовая подготовка	18	Комплексный	Бег (15 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Инструктаж по технике безопасности. Промежуточный тестовый контроль.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 20 мин); преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		

63		Совершенство	Бег (16 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания), причины их возникновения и пагубное влияние на организм человека, его здоровье, в том числе здоровье детей. Промежуточный тестовый контроль.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 20 мин); преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		
64		Комплексный	Бег (16 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Основы профилактики вредных привычек средствами физической культуры и формирование индивидуального здорового стиля жизни. Промежуточный тестовый контроль.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 20 мин); преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		

65		Комплексный	Бег (17 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Приемы саморегуляции. Аутогенная тренировка. Психомышечная и психорегулирующая тренировки. Промежуточный тестовый контроль.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		
66		Комплексный	Равномерный бег (18 мин). Преодоление вертикальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Приемы самоконтроля. Промежуточный тестовый контроль.	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 20 мин) преодолевать препятствия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; коррекция — вносить необходимые дополнений и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 1		

Спортивные игры (23 часа)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
67	Волейбол	23	Комплексный	Стойки и передвижения игроков. Верхняя передача мяча в парах и тройках. Нижняя прямая подача и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Техника безопасности.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
68			Совершенствования	Стойки и передвижения игроков. Верхняя передача мяча в парах и тройках. Нижняя прямая подача и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Основные технико-тактические действия и приемы в волейболе.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		

69		Совершенство	Стойки и передвижения игроков. Верхняя передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача на точность по зонам и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Основные технико-тактические действия и приемы в волейболе.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
70		Совершенство	Стойки и передвижения игроков. Верхняя передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача на точность по зонам и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Основные технико-тактические действия и приемы в волейболе.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		

71		Совершенство	Стойки и передвижения игроков. Верхняя передача мяча в парах и тройках. Нижняя прямая подача на точность по зонам и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Основные технико-тактические действия и приемы в волейболе.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
72		Совершенство	Стойки и передвижения игроков. Верхняя передача мяча в парах и тройках. Нижняя прямая подача на точность по зонам и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Основные технико-тактические действия и приемы в волейболе.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		

73		Комплексный	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 3-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
74		Комплексный	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 3-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		

75		Комплексный	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 3-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Оценка техники передачи мяча двумя руками сверху в парах	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
76		Комплексный	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 3-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		

77		Комплексный	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 2-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Основы организации и проведения спортивно-массовых соревнований по волейболу.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		
78		Комплексный	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 2-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		

79		Совершенство	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 2-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
80		Совершенство	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 4-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		

81		Совершенство	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 4-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		
82		Совершенство	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 4-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование. Учебная игра. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		

83		Комплексный	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 3-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование, страховка блокирующих. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
		Совершенствования	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 3-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование, страховка блокирующих. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		

85	Совершенство	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 4-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование, страховка блокирующих. Позиционное нападение со сменной места. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
86	Совершенство	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 4-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование, страховка блокирующих. Позиционное нападение со сменной места. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		

87		Совершенство	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 4-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование, страховка блокирующих. Позиционное нападение со сменной места. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		
88		Совершенство	Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 4-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование, страховка блокирующих. Позиционное нападение со сменной места. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.	Текущий	Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.	Комплекс 3		

89		Совершенство	<p>Стойки и передвижения игроков. Сочетание приемов: прием, передача, нападающий удар. Верхняя прямая и нижний прием мяча. Прямой нападающий удар из 4-й зоны. Индивидуальное и групповое блокирование, страховка блокирующих. Позиционное нападение со сменной места. Учебная игра. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Уметь: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм, ценностей; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – согласовывать усилия по достижению общей цели, организации и осуществлению совместной деятельности с ориентацией на партнеров по деятельности.</p>	Текущий	<p>Стойки волейбольные универсальные. Сетка волейбольная. Мячи волейбольные.</p>	Комплекс 3		
----	--	--------------	---	---	--	---	---------	--	------------	--	--

Легкая атлетика (13 часов)

№	Тема урока	Ч	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся			Вид контроля	Учебно-практическое оборудование	Д/з	Дата план	Дата фактическая
					Предметные	Личностные (не оцениваются)	Универсальные учебные действия					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
90	Спринтерский бег Подготовка К сдаче Норм ГТО	4	Комплексный	Низкий старт (30м), стартовый разгон, бег по дистанции (70-90 м). Специальные беговые упражнения. Челночный бег. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ.	<i>Уметь:</i> бегать с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4		
91			Комплексный	Низкий старт (30м), стартовый разгон, бег по дистанции (70-90 м). Финиширование. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля за физическими нагрузками во время занятий физическими упражнениями профессионально ориентированной и оздоровительно-корректирующей направленности.	<i>Уметь:</i> бегать с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. <i>Смыслообразование</i> — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. <i>Самоопределение</i> — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; <i>коррекция</i> — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; <i>саморегуляция</i> как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: <i>логические</i> — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4		

92			Комплексный	Низкий старт (30м), бег по дистанции (70-90 м). Финиширование. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Способы индивидуальной организации, планирования, регулирования и контроля за физическими нагрузками во время занятий физическими упражнениями профессионально ориентированной и оздоровительно-корректирующей направленности.	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий		Комплекс 4		
93			Учетный	Низкий старт (30м), бег по дистанции (70-90 м). Финиширование. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Прикладное значение легкоатлетических упражнений.	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Д.: «5»-5,3 с «4»-5,9 с «3»-6,1 с	Секундомер	Комплекс 4		
94	Метание мяча и гранаты Подготовка к сдаче Норматива	4	Комплексный	Метание мяча на дальность с 5-6 беговых шагов. ОРУ. Челночный бег. Развития скоростно-силовых качеств. Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов упражнений из современных систем физического воспитания. Способы регулирования массы тела, использование корректирующих упражнений для проведения самостоятельных занятий.	Уметь: метать мяч на дальность с разбега	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Мяч малый (теннисный) Сетка для переноса малых мячей	Комплекс 4		

95		Комплексный	<p>Метание мяча на дальность с 5-6 беговых шагов ОРУ. Челночный бег. Развития скоростно-силовых качеств.</p> <p>Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов упражнений из современных систем физического воспитания. Способы регулирования массы тела, использование корректирующих упражнений для проведения самостоятельных занятий.</p>	<p>Уметь: метать мяч на дальность с разбега</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности</p> <p>коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия;</p> <p>саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Граната учебная	Комплекс 4		
96		Комплексный	<p>Метание мяча на дальность с 5-6 беговых шагов ОРУ. Челночный бег. Развития скоростно-силовых качеств.</p> <p>Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов упражнений из современных систем физического воспитания. Способы регулирования массы тела, использование корректирующих упражнений для проведения самостоятельных занятий.</p>	<p>Уметь: метать мяч на дальность с разбега</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества.</p> <p>Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом.</p> <p>Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.</p>	<p>Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности</p> <p>коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия;</p> <p>саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию.</p> <p>Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи;</p> <p>Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	Текущий	Граната учебная	Комплекс 4		

97			Комплексный	Метание мяча на дальность с 5-6 беговых шагов. ОРУ. Челночный бег. Развития скоростно-силовых качеств. Понятие телосложения и характеристика его основных типов, способы составления комплексов упражнений из современных систем физического воспитания. Способы регулирования массы тела, использование корректирующих упражнений для проведения самостоятельных занятий.	Уметь: метать мяч на дальность с разбега	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Д.: «5»-32 м «4»-28 м «3»-26 м	Граната учебная. Рулетка измерительная	Комплекс 4		
98	Прыжок в высоту	5	Комплексный	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Подбор разбега и отталкивание. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Соревнования по легкой атлетике. Достижения отечественных спортсменов.	Уметь: прыгать в высоту с 11-13 шагов разбега	Смыслообразование — формирование мотива, реализующего потребность в социально значимой и социально оцениваемой деятельности Самоопределение — формирование основ гражданской идентичности личности: чувства сопричастности своей Родине, народу и истории и гордости за них.	Регулятивные: целеполагание — ставить учебную задачу; коррекция – вносить дополнения и изменения в план действия. Познавательные: общеучебные – рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности. Коммуникативные: планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками — определять цели, функции участников, способов взаимодействия; сотрудничество – согласовывать усилия по достижению общих целей, организация и осуществление совместной деятельности	Текущий	Планка для прыжков в высоту. Стойка для прыжков в высоту	Комплекс 4		
99			Комплексный	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Переход через планку. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Закаливание. Воздушные и солнечные ванны, обтирание, обливание, душ, купание хождение босиком, пользование баней. Изменение дозировки с учетом индивидуальных особенностей юношей и девушек.	Уметь: прыгать в высоту с 11-13 шагов разбега	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм. Самоопределение – экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Текущий	Планка для прыжков в высоту. Стойка для прыжков в высоту	Комплекс 4		

100		Комплексный	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Переход через планку. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Закаливание. Воздушные и солнечные ванны, обливание, душ, купание босиком, пользование баней. Изменение дозировки с учетом индивидуальных особенностей юношей и девушек.	Уметь: прыгать в высоту с 11-13 шагов разбега	Нравственно-этическая ориентация – формирование основных моральных норм. Самоопределение – экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения	Регулятивные: планирование – формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, жизненного оптимизма, готовности к преодолению трудностей; Познавательные: общеучебные универсальные действия – рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процессов и результатов деятельности; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью;	Текущий	Планка для прыжков в высоту. Стойка для прыжков в высоту	Комплекс 4		
101		Комплексный	Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Переход через планку. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Основы техники безопасности и профилактики травматизма, профилактические мероприятия (гигиенические процедуры, закаливание) и восстановительные мероприятия (гидропроцедуры, массаж) при организации и проведении спортивно-массовых и индивидуальных форм занятий физической культурой и спортом.	Уметь: прыгать в высоту с 11-13 шагов разбега	Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Смыслообразование — установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия.	Регулятивные: контроль и самоконтроль – способность принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности коррекция — вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия; саморегуляция как способность к мобилизации, к волевому усилию. Познавательные: логические — устанавливать причинно-следственные связи; Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	Текущий	Планка для прыжков в высоту. Стойка для прыжков в высоту	Комплекс 4		

102			Комплексный	<p>Прыжок в высоту с 11-13 беговых шагов. Приземление. Челночный бег 3х10 м. Развитие скоростно-силовых качеств. Беседа о правилах безопасного поведения на воде, безопасного поведения во время летних каникул.</p>	<p>Уметь: прыгать в высоту с 11-13 шагов разбега</p>	<p>Нравственно-этическая ориентация – формирование установки на здоровый и безопасный образ жизни, здоровье, безопасность личности и общества. Самоопределение — формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия; экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения</p>	<p>Регулятивные: планирование – определять цель и пути ее достижения; прогнозирование – предвосхищать результат; оценка — уметь адекватно воспринимать оценки и отметки; Познавательные: общеучебные – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. Коммуникативные: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами языка.</p>	<p>Челночный бег 3х10м Д: «5»-8,7с «4»-9,3с «3»-9,с</p>	<p>Планка для прыжков в высоту. Стойка для прыжков в высоту</p>	<p>Комплекс 4</p>		
-----	--	--	-------------	--	---	--	---	---	---	-------------------	--	--